

## The relationship between empathy and the resilience of volunteers from the Indonesian Red Cross disaster emergency response team in Malang Regency

### Hubungan empati dengan resiliensi relawan tim tanggap darurat bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang

Sultan Takdir Alisabana

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
Jl.Terusan Dieng No.62-64, Malang, 65146, Indonesia

ARTICLE INFO:	ABSTRACT
<p>Received: 2022-01-13 Revised: 2022-03-03 Accepted: 2022-04-01</p> <p><b>Keywords:</b> Empathy, resilience, natural disaster volunteers.</p> <p><b>Kata Kunci:</b> Empati, resiliensi, relawan bencana alam.</p>	<p><i>A volunteer is someone who has a high commitment, ability and challenge to help a problem, especially in natural disaster management. Volunteers must have high empathy in helping victims of natural disasters. Empathy makes volunteers able to survive in a difficult situation and be able to withstand stress is called resilience. The purpose of this study was to determine the relationship between empathy and volunteer resilience in the process of natural disaster management. The method in this research is using cross-sectional quantitative, saturated sample technique (census) with a sample size of 30 respondents. The measuring instrument uses an empathy scale and a resilience scale. Data analysis using SPSS 22.0 for windows software. The results of the bivariate study obtained <math>p = 0.000</math> with a value of <math>r = 0.793</math> with a positive correlation direction, so there is a relationship between empathy and resilience which is very significant in the strong category and is directly proportional. So it can be said that the higher the level of empathy of a volunteer, the higher the level of resilience.</i></p> <p><b>ABSTRAK</b></p> <p>Relawan merupakan seseorang yang memiliki komitmen, kemampuan dan tantangan tinggi untuk membantu suatu masalah, khususnya dalam penanggulangan bencana alam. Relawan harus memiliki empati yang tinggi dalam menolong korban bencana alam. Empati membuat relawan mampu bertahan didalam suatu situasi yang sulit dan mampu bertahan dalam sebuah tekanan disebut resiliensi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara empati dengan resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam. Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif <i>crosssectional</i>, teknik sampel jenuh (sensus) dengan jumlah sampel 30 responden. Alat ukur menggunakan skala empati dan skala resiliensi. Analisis data menggunakan software SPSS 22.0 <i>for windows</i>. Hasil penelitian bivariat didapatkan <math>p = 0,000</math> dengan nilai <math>r = 0,793</math> dengan arah korelasi positif, maka terdapat hubungan antara empati dengan resiliensi yang sangat signifikan dengan kategori kuat dan berbanding lurus. Sehingga dapat dikatakan semakin tinggi tingkat empati seorang relawan maka semakin tinggi tingkat resiliensinya.</p> <p>©2022 Jurnal Psikologi Tabularasa This is an open access article distributed under the CC BY-SA 4.0 license (<a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/</a>)</p>

**How to cite:** Alisabana, S. (2022). Hubungan empati dengan resiliensi relawan tim tanggap darurat bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(1), 11-25.  
doi: <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i1.8068>

## 1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat kejadian bencana alam yang tinggi. Pendataan dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana di tahun 2018, timbul 2.572 kejadian bencana alam di Indonesia yang berdampak besar akibat bencana alam tersebut. Ketika terjadi bencana alam, terdapat peran relawan yang secara sukarela untuk menolong korban terdampak bencana. Suatu hal yang bisa dilakukan relawan ketika bencana alam seperti pendataan, logistik, pemulihan sosial psikologis atau mengajak bermain anak-anak korban bencana, pelayanan kesehatan, pelayanan keperluan sandang serta pangan, evakuasi mayat, serta penyelamatan (*rescue*) (BNPB, 2018). Menjadi seorang relawan dalam situasi bencana kemungkinan besar menjadi tertekan, sehingga itu termasuk tugas organisasi relawan yang harus mengambil tindakan yang sistematis guna meminimalisir stress para anggota. Hal tersebut bisa saja berdampak negatif kepada seorang relawan karena beban kerja yang begitu besar disertai tugas pendampingannya, ia juga harus bertemu langsung dengan para korban yang mengalami trauma serta begitu banyak kasus yang harus ia tangani. (Halimah & Widuri, 2012).

Menjadi seorang relawan tidaklah mudah dilakukan, ia harus turun tangan langsung ditempat kejadian dengan melihat begitu banyaknya korban yang ditimbulkan. Dengan situasi dan kondisi seperti itu, diharapkan relawan yang berada dilapangan jangan sampai menjadi beban ataupun menjadi relawan yang merepotkan. Seperti halnya dalam kasus relawan saat bencana gempa bumi di Lombok Timur yang merasa

kelelahan kemudian ditarik untuk kembali. Dalam kasus ini sejumlah relawan dari mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang mengalami stres setelah mendapatkan guncangan dari gempa bumi di Lombok. Keberangkatan mahasiswa ini ke Lombok Timur yang awalnya untuk melaksanakan Kuliah Kerja Nyata dirubah fungsikan menjadi relawan setelah terjadi beberapa kali gempa bumi di Lombok. Ditariknya relawan ini dilakukan Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan mempertimbangkan faktor kesehatan fisik maupun psikis mahasiswanya (Mukhijab, 2018).

Kekuatan fisik dan mental seorang relawan atau pekerja kemanusiaan di zona bencana juga sangat dibutuhkan sehingga dalam situasi bencana, relawan tidak hanya bermodalkan semangat. Seperti dalam kasus relawan yang meninggal dunia dikarenakan kelelahan ketika ikut menolong korban gempa bumi di Lombok. Dalam kasus relawan gempa di Lombok ini, ia meninggal setelah bangunan masjid yang didirikannya resmi bersamaan dengan relawan Mapala UNISI serta warga di Dusun Boyotan Baru, Desa Gumantar, Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara. Usai memberikan kata sambutan dalam peresmian masjid tersebut, ia langsung jatuh dan tidak sadarkan diri. Dijelaskan dalam kasus ini, ia menjadi relawan dalam bencana gempa bumi di Lombok tidak hanya membangun masjid. Bersama rekan-rekan relawan lainnya, ia telah membuat dapur umum, sekolah darurat, trauma healing, distribusi bantuan, evakuasi rumah warga yang rusak, mencari jenazah, melaksanakan evaluasi serta yang terakhir ia bersama rekan-rekan mendirikan masjid (Purnomo, 2018).

Dalam situasi bencana yang secara langsung berhadapan dengan berbagai risiko membuat relawan diharapkan memiliki kemampuan merespon kejadian yang penuh risiko tersebut secara positif. Kemampuan merespons tantangan dan tekanan dalam kondisi penuh risiko tersebut secara positif disebut resiliensi. Resiliensi itu sendiri dapat diartikan sebagai potensial seseorang guna harus sanggup menjaga kesehatan secara psikologis serta sanggup menjaga kestabilan dan pertahanannya sesudah terlewatnya beberapa kejadian yang traumatis (Samuel dalam Nurinayanti & Atiudina, 2010).

Relawan dalam sebuah bencana alam seharusnya memiliki resiliensi yang tinggi untuk menunjang dalam proses penanggulangan bencana sehingga seorang relawan dalam sebuah bencana alam diharapkan tidak menjadi beban ataupun menjadi relawan yang merepotkan. Seperti halnya dalam data yang ditemukan peneliti yang sebelumnya melakukan wawancara terhadap relawan yang pernah terjun langsung dalam kondisi bencana alam. Wawancara yang dilakukan tersebut ditemukan bahwa tujuh dari sepuluh relawan memiliki resiliensi yang rendah. Dari ketujuh faktor resiliensi ditemukan nilai persentase resiliensi diantaranya 70% relawan merasa kurang mampu untuk mengontrol implus untuk terus bekerja demi kesejahteraan korban bencana, 60% relawan kurang mampu mengendalikan emosi sehingga dapat mengekspresikan emosi yang kurang tepat, 40% relawan merasa kurang optimis untuk terus mencari solusi dan bekerja keras dalam situasi bencana, 50% relawan merasa kurang mampu menganalisis penyebab dari masalah, 70% relawan kurang mampu

berempati untuk membangun hubungan interpersonal dengan korban bencana, 60% relawan merasa kurang dalam kemampuan *self efficacy* dan 40% relawan merasa kurang yakin untuk meraih apa yang diinginkan dengan kemampuan melawan rasa takut dalam situasi sulit demi kesejahteraan korban bencana.

Tingkat stres relawan dalam situasi bencana alam sangat dipengaruhi oleh adanya resiliensi pada masing-masing individu (Setyowati, 2010). Sudaryono (2007) menjelaskan bahwa seorang resilien sudah mengetahui bagaimana harus menyikapi saat dihadapkan pada suatu masalah beserta pemecahan masalahnya. Meskipun lingkungan yang tidak menentu, para relawan tetap berkembang dan belajar tentang pengalaman yang telah terjadi serta harus dapat mampu beradaptasi dengan cepat. Pekerjaan sebagai seorang relawan harus mempunyai tingkat resiliensi tinggi sebab ia dihadapkan langsung dengan berbagai tekanan, tantangan, serta risiko nantinya (Arianingsih, Rahmawati & Herani, 2013).

Reivich & Shatte (2002) mengatakan yaitu terdapat faktor-faktor dalam resiliensi yang bisa memengaruhi potensi dalam membentuk resiliensi individu antara lain: empati, reaching out, efikasi diri, analisis yang menjadi pemicu suatu permasalahan, optimisme, pengendalian impuls, serta regulasi emosi. Sejalan dengan pendapat Reivich dan Shatte, menurut Grotberg (2004) empati juga termasuk faktor yang memengaruhi sumber pembentukan resiliensi individu (Desmita, 2009).

Sesuai pemaparan Baron & Byrne (2005) menyatakan empati ialah distress emosional seseorang yang merespons afek-

tif serta kognitif secara kompleks. Empati ini yakni potensi guna merasakan simpati dan kondisi emosional orang lain, serta mencari jalan keluar setiap masalah dengan mengambil perspektif orang lain. Seseorang yang mempunyai empati, akan mampu menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang diperlihatkan oleh seseorang dengan lebih terampil, misal mampu menangkap apa yang dirasakan serta terpikirkan orang lain, dan bisa melihat ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta intonasi dari seseorang (Reivich & Shatte, 2002). Potensi untuk memposisikan diri dalam perspektif seseorang serta potensi untuk berbagai perasaan pada orang lain itu sangat penting bagi munculnya kompetensi interpersonal yang baik, yang pada akhirnya, meningkatkan kesejahteraan psikologis yang lebih positif (Chow, Ruhl, & Buhrmester, 2013). Oleh karena itu, empati membantu untuk terciptanya hubungan sosial dan relasi yang lebih positif, sukses dan kompeten dalam hubungan antar individu (Berndt dalam Smith & Rose, 2011).

Fauziah (2014) berpendapat bahwa ketika seseorang individu memiliki kemampuan empati yaitu dapat mengerti perasaan orang lain dan mau membagi perasaan dengan orang lain maka akan menjadikannya resilien yaitu dapat menghadapi masalah berat yang dialami. Sejalan dengan pendapat dari Fauziah tersebut, Williem & Dejati (2009) mengatakan, karena adanya fungsi kognitif dari empati yang mencakup pengambilan perspektif seseorang, maka bisa meningkatkan resiliensi individu dengan menunjukkan kemampuan dalam meminimalisir suatu permasalahan yang sedang dialami oleh seseorang. Menurut Holaday

(2006) ketika seseorang individu memiliki kemampuan kognitif yang tinggi dalam berempati, maka akan membuatnya menjadi lebih resilien. Begitupun sebaliknya, ketika seorang individu memiliki kemampuan kognitif yang rendah dalam berempati, maka kemampuan resiliensi individu menjadi rendah. Menurut Holaday (2006) hal ini terjadi karena seorang individu dalam berempati akan mengerti akan perasaan orang lain serta tau apa yang menjadi pemicu hal tersebut, sehingga seorang individu menjadi lebih resilien yaitu memiliki kemampuan beradaptasi secara positif yang membuatnya bisa mencari solusi dari permasalahan yang dialami (Batson, 2008).

Reivich & Shatte (2002) mengatakan yaitu empati ialah salah satu potensi yang dimiliki seseorang guna membentuk resiliensi. Lebih lanjut Reivich dan Shatte menjelaskan bahwa ketidakmampuan seorang individu untuk berempati berhubungan langsung dengan menurunnya tingkat resiliensi individu yang berpotensi menimbulkan kesulitan untuk bertahan dalam lingkungannya (Desmita, 2009). Sejalan dengan pendapat dari Reivich & Shatte, Nurinayanti & Atiudina (2010) juga mengatakan bahwa kemampuan empati yang dimiliki dapat mendorong seseorang menjadi lebih resilien untuk mampu beradaptasi dengan permasalahan dalam lingkungannya sehingga dapat melewati masalah yang dihadapi. Hal tersebut menunjukkan bahwa ketika seorang individu memiliki kemampuan empati maka akan mampu membentuk resiliensi sehingga dapat beradaptasi dengan lingkungannya dan mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.

Hubungan positif antara empati dengan tingkat resiliensi yang dimiliki dalam diri individu juga diutarakan oleh Carlo (2012) yang mengatakan bahwa individu yang dapat berempati terhadap sesama dalam lingkungannya akan memiliki kemampuan resiliensi dalam dirinya dengan menunjukkan kemampuan dalam mencari jalan keluar yang sedang dialaminya dan akan mempunyai perasaan positif pada saat dihadapkan oleh suatu permasalahan. Menurut Grotberg (1995) meskipun individu mengalami persoalan yang berat, tetapi tetap menunjukkan sikap kepedulian serta empati pada orang lain bisa mempengaruhi pembentukan resiliensi individu. Hal tersebut ditunjukkan oleh seorang individu melalui sikap peduli terhadap penderitaan serta ketidaknyamanan perasaan terhadap sesama, serta melakukan usaha untuk ikut membantu dalam mencari solusi dari masalah yang sedang dihadapi. Hasil analisis Hendriani (2018) menyebutkan bahwa seseorang yang mampu berempati dengan menunjukkan kepekaannya pada kejadian yang dialami orang lain di sekitarnya akan menjadi sebuah kontrol untuk individu tetap resilien dengan tidak bersikap emosional dalam merespon suatu permasalahan (Hendriani, 2018). Berdasar kejadian serta beberapa teori diatas, peneliti tertarik guna mengungkap kebenaran yang timbul pada subjek dengan memperoleh sebuah data empiris. Maka dari itu, penulis tertarik untuk mengkaji serta meneliti suatu masalah itu. Guna mendapatkan deskripsi secara jelas, sehingga penulis menuangkan rancangannya kedalam penelitian ini yang berjudul "Hubungan Empati dengan Resiliensi Relawan Tim Tanggap Darurat Ben-

cana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang".

Tujuan dan Manfaat

1) Tujuan Penelitian

Berdasar pokok permasalahan yang sebelumnya telah dijelaskan di atas, maka penelitian ini bertujuan guna melihat ada tidaknya hubungan empati dengan resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam.

2) Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberi informasi yang bermanfaat. Dalam hal ini penulis membagi manfaat penelitian kedalam 2 perspektif, yakni dengan cara teoritis serta praktis. Penjabaran dua perspektif itu yaitu:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberi kontribusi ilmiah untuk majunya psikologi serta menambahkan hasil penelitian yang terdahulu. Hal ini dilaksanakan melalui memberi tambahan data empiris yang sudah dilakukan pengujian ilmiah terkait hubungan empati terhadap resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini diharapkan bisa menjelaskan hubungan empati dengan resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam.

b. Bagi Relawan

Melalui penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan

yang berarti untuk seluruh relawan yang bertugas, yang telah bertugas ataupun yang akan bertugas dalam bencana alam.

- c. Bagi Organisasi Kemanusiaan  
Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberi masukan secara tepat untuk organisasi kemanusiaan yang mendelegasikan relawan untuk bencana alam agar dalam situasi bencana tidak terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan.

### Kajian Teori Resiliensi

Resiliensi merupakan pengajuan dari para ahli behavioral terkait konstruk psikologi dalam berusaha melihat, mengartikan serta pengukuran kemampuan seseorang untuk berkembang serta bertahan dalam keadaan tertekan (*adverse conditions*) serta guna melihat kapasitas seseorang untuk recovery (kembali pulih) dari keadaan tertekan (McCubbin, 2001). Sesuai pandangan dari Reivich & Shatte (2002), resiliensi yaitu kemampuan guna menanggapi secara produktif serta sehat pada saat dihadapkan dengan suatu permasalahan, yang dibutuhkan guna pengelolaan tekanan hidup dalam keseharian. Dengan cara sederhana Jackson dan Watkin mengartikan resiliensi sebagai kapasitas guna menyesuaikan diri serta keteguhan dalam keadaan saat merasakan kesusahan. Samuel (dalam Nurinayanti & Atiudina, 2011) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas seseorang guna tetap menjaga kestabilan serta bertahan serta menjaga kesehatan psikologis sesudah melalui beberapa peristiwa traumatis. Sebalik-

nya Nurinayanti & Atiudina (2011) mengartikan resiliensi sebagai kapasitas guna menyesuaikan diri pada saat keadaan yang sulit serta berisiko secara positif.

Reivich & Shatte (2002) memaparkan 7 aspek kemampuan yang membentuk resiliensi. Tujuh aspek tersebut yakni:

1. Regulasi Emosi  
Regulasi emosi ialah kapasitas yang dimiliki seseorang saat keadaan tertekan untuk tetap tenang. Hasil penelitian memperlihatkan yaitu seseorang yang memiliki kapasitas guna mengendalikan emosi mampu berhadapan dengan keterpurukan dalam menjaga serta membangun hubungan dengan seseorang.
2. Pengendalian Impuls  
Pengendalian impuls ialah kapasitas seseorang guna mengontrol tekanan, kesukaan, dorongan, serta keinginan yang muncul pada diri individu. Seseorang yang mempunyai potensi dalam mengendalikan diri yang rendah, maka akan mempercepat berubahnya emosi yang berakhir dengan mengontrol pikiran serta perilaku mereka.
3. Optimisme  
Optimisme yakni individu yang dapat mengetahui bahwa masa depannya akan lebih baik serta dipenuhi kebahagiaan. Optimisme yang dipunyai oleh seseorang menunjukkan seseorang tersebut yakin bahwa dalam dirinya mempunyai kemampuan guna mencari jalan keluar setiap masalah yang timbul di masa depan.
4. Analisis Penyebab Masalah (*Causal analysis*)  
*Causal analysis* ialah kapasitas seseorang

guna identifikasi permasalahan yang sedang dihadapinya secara akurat. Terdapat sebuah konsep yang erat hubungannya dengan analisa apa yang jadi pemicu masalahnya yakni gaya berfikir eksplanatory. Gaya berfikir eksplanatory ialah metode yang umum dipakai seseorang guna mengartikan suatu hal yang sedang dialami tersebut apakah baik atau buruk.

5. Empati

Empati melibatkan bagaimana seseorang mampu membaca pertanda psikologis serta emosional orang lain. Seseorang yang memiliki empati mempunyai kemampuan dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa non verbal yang diperlihatkan oleh orang lain, misal bahasa tubuh, intonasi suara, mimik wajah, serta menangkap apa yang dirasakan maupun dipikirkan seseorang. Maka dari itu, individu yang mempunyai potensi empati tinggi relatif mempunyai hubungan sosial yang baik.

6. Efikasi Diri

Efikasi diri ialah sebuah kepercayaan bahwa seseorang mampu menyelesaikan serta berani berhadapan langsung dengan permasalahan yang menimpanya secara efisien. Efikasi diri pula diartikan sebagai keyakinan diri sendiri untuk mampu berhasil serta meraih kesuksesan. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi berkomitmen bahwa dalam setiap permasalahan pasti terdapat solusinya serta tidak menyerah pada saat solusi yang dipakainya mengalami kegagalan.

7. Reaching Out

Seperti halnya yang telah diuraikan sebelumnya yaitu resiliensi tak hanya seseorang yang mempunyai potensi guna mencari jalan keluar setiap keterpurukan kemudian bangkit kembali, tetapi selain itu resiliensi termasuk kemampuan seseorang mencapai aspek positif dari sebuah kemalangan yang sedang dialaminya.

**Empati**

Allport (dalam Taufik, 2012) mengartikan empati sebagai peralihan imajinasi individu kedalam perilaku, pikiran, serta perasaan orang lain. Allport juga menitikberatkan peran imitasi dalam empati. Sesuai pemaparan dari Goleman (2007) empati yakni merasakan perasaan orang lain, mampu mengerti perspektif mereka serta meningkatkan hubungan saling mempercayai serta menyelaraskan diri dengan berbagai macam orang. Empati beda dengan simpati. Perasaan simpati selalu terjadi dalam keseharian yang mendeskripsikan perasaan individu pada orang lain.

Goleman (2007) memaparkan aspek-aspek empati sebagai berikut:

a. Memahami orang lain

Merasakan perspektif serta perasaan orang lain dan memperlihatkan minat aktif pada beberapa kepentingan mereka. Orang dengan kemampuan ini biasanya memiliki kemampuan untuk memerhatikan beberapa isyarat emosi seras mendengarkannya dengan baik.

b. Mengembangkan orang lain

Mengembangkan orang lain ini bermaksud seseorang dapat membantu

dan merasakan apa yang dibutuhkan orang lain guna berkembang serta menaikkan potensi mereka. Individu yang mempunyai kemampuan ini biasanya dapat mengakui serta menghargai kekuatan, keberhasilan serta tumbuh kembang orang lain.

c. Memanfaatkan keragaman

Empati dapat terbentuk akibat adanya keragaman dalam bermasyarakat. Seseorang yang mempunyai potensi ini ialah seseorang yang hormat dan bisa bergaul dengan banyak orang dari latar belakang yang berbeda.

### Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pemaparan dari hubungan empati terhadap resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam, maka hipotesa yang diperoleh peneliti adalah ada hubungan empati terhadap resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana alam.

## 2. METODE

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel yakni resiliensi dan empati. Resiliensi menurut Reivich & Shatte (2002) terdapat tujuh aspek yang diantaranya pengendalian implus, efikasi diri, empati, analisa penyebab permasalahan, empati, regulasi emosi, optimisme, serta peningkatan aspek positif. Sedangkan empati menurut Goleman (2007) terdapat tiga aspek yang diantaranya memahami orang lain, mengembangkan orang lain dan manfaat keragaman.

Subjek dalam penelitian ini adalah seluruh anggota relawan tim tanggap darurat

bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang masa bakti tahun 2019 – 2022 yang seluruhnya berjumlah 30 orang relawan. Teknik sampling yang digunakan peneliti menggunakan jenis *Non Probability Sampling* dengan teknik *Sampling Jenuh* yang dimana teknik ini merupakan suatu teknik penetapan sampel dengan memilih semua anggota dijadikan sampel (Sugiyono, 2015).

Instrumen penelitian yang digunakan peneliti berupa skala psikologi yang terdiri dari skala resiliensi dan skala empati. Skala yang disusun peneliti dalam penelitian ini menggunakan model Skala Likert yakni skala yang telah diberikan alternatif jawabannya, kemudian subjek penelitian hanya memilih salah satu alternatif jawaban yang telah diberikan (Marlina, 2017).

Penelitian ini dilakukan peneliti dengan menggunakan pendekatan kuantitatif yang menitik beratkan analisisnya terhadap data angka yang diolah menggunakan metode statistika. Data dalam penelitian ini diambil menggunakan metode *crosssectional* yang dilakukan peneliti terhadap seluruh subjek penelitian.

Data yang sudah terkumpulkan selanjutnya dianalisa menggunakan analisis uji regresi sederhana yang sebelumnya dilakukan uji asumsi dengan tahapan uji normalitas menggunakan rumus kolmogorov smirnov dengan Shapiro-wilk sebab jumlah sampel dibawah lima puluh yakni jika  $p > 0,05$  yang menghasilkan nilai  $p$  yaitu 0,260 pada resiliensi sedangkan pada empati  $p = 0,128$ . Uji linieritas pada penelitian ini memakai bantuan software SPSS 22.0 *for windows*. Sedangkan untuk uji hipotesis memakai teknik korelasi dengan *produk moment*

karena data merupakan data numerik. Metode analisa data menggunakan metode stastik untuk mengetahui hubungan empati dengan resiliensi relawan dengan tahapan univariat menggunakan statistik deskriptif dengan chart (Histogram, pie) sedangkan penskoran dilakukan dengan rumus  $5\sigma\bar{U} = \frac{5\sigma\bar{U}}{n} \times 100 \%$ . Bivariat untuk mengetahui korelasi antar variabel memakai uji statistik parametik menggunakan *product moment* karena kedua data bersifat skala numerik dan bersifat normal.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan 30 sampel dari seluruh anggota relawan tim tanggap darurat bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang Masa Bakti Tahun 2019-2022. Dari seluruh sampel terdapat beberapa kategori yang dibahas dalam penelitian ini seperti halnya usia responden dengan rentan umur 31 - 60 tahun yakni sejumlah lima belas responden (50%) serta usia 18-30 tahun, yakni sejumlah lima belas individu (50%). Distribusi responden berdasarkan umur dijabarkan pada tabel berikut:

**Tabel 1**  
Distribusi Usia Responden

Kategori	N	%
Dewasa Muda	15	50
Dewasa penuh	15	50

Distribusi responden menurut jenis kelamin dijabarkan dalam tabel dibawah:

**Tabel 2**  
Distribusi Jenis Kelamin Responden

Kategori	n	%
Pria	27	90
Wanita	3	10

Tabel diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin responden terbanyak yakni pria sebesar 27 individu (90%) serta wanita sejumlah tiga individu (10%).

Analisa hubungan empati terhadap resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang masa bakti Tahun 2019 - 2022 merupakan hasil analisis korelasi hubungan dengan linear antara 1 variabel bebas (empati) dan variabel terikat (resiliensi), dengan kata lain terdapat variabel yang memberikan pengaruh serta terdapat yang diberikan pengaruh. Analisis ini guna melihatarah hubungan diantara variabel bebas dan variabel terikat apakah negarif ataupun positif serta guna mengetahui nilai variabel terikat jika nilai variabel bebas menurun ataupun naik dan mengetahui keeratan atau tingkat asosiasi diantara variabel terikat serta bebas (Sunyoto, 2013). Pada analisis korelasi peneliti menggunakan analisa *product moment* dibutuhkan sejumlah persyaratan yang wajib dipenuhi. Syarat itu yakni data memiliki distribusi normal serta korelasi diantara variabel independen dan variabel dependen memiliki sifat linier. Uji ini pada penelitian memakai uji *Kolmogorov-Smirnov Goodness*. Berdasarkan uji normalitas tersebut di dapatkan data berdistribusi normal. Berdasarkan nilai kemaknaan *Shapiro-Wilk* dengan jumlah responden <50 didapatkan nilai  $\rho=0,128$  untuk empati. Distribusi data normal bila  $\rho>0,05$ , artinya untuk distribusi data empati berdistribusi normal karena nilai  $\rho>0,05$ . Nilai kemaknaan *Shapiro-Wilk* dengan jumlah responden <50 didapatkan nilai  $\rho=0,260$  untuk kemampuan resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang,

maka untuk distribusi data resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang normal sebab nilai  $\rho > 0,05$ .

**Tabel 3**  
Analisis Hasil antara skala empati dan resiliensi

Analisa product moment	Hasil
P	0,000
R	0,793
Arah korelasi	Positif

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti “hubungan empati dengan resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang” terdapat nilai  $p = 0.000$  memiliki makna bahwa kedua variabel itu memiliki kemaknaan atau hubungan yang sangat signifikan atau hipotesis diterima. Nilai koefisien korelasi  $r = 0,793$  ada diantara nilai 0,60 sampai 0,799 bisa diinterpretasikan korelasi diantara empati dengan resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang di kategorikan kuat sedangkan arah korelasi positif menunjukkan bahwa bertambah besar empati individu bertambah besar resiliensi ketika menyelesaikan menghadapi masalah atau berbanding lurus, sebaliknya jika empati seseorang rendah maka tingkat resiliensinya rendah dalam menghadapi suatu masalah.

### Diskusi

Berdasarkan hasil korelasi dengan *product moment* didapatkan adanya korelasi yang sangat signifikan/bermakna antara empati dengan resiliensi dengan kategori kuat

dan arah korelasi positif yang menunjukkan bertambah besar empati relawan akan bertambah besar juga resiliensi relawan dalam tanggap darurat penanggulangan bencana. Empati merupakan suatu keadaan emosional individu ketika mengenali perasaan dan kondisi individu lain seperti mampu menginterpretasikan bahasa baik verbal dan non verbal sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis orang yang mampu berempati, selain itu empati mampu meningkatkan hubungan sosial dan relasi lebih positif dan kompeten (Jolliffe & Farrington, 2006; Reivich & Shatte, 2002; Chow, Ruhl, & Buhrmester, 2013, Baron-Cohen & Wheelwright, 2004; Berndt dalam Smith & Rose, 2011). Sedangkan resiliensi merupakan kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan yang sangat erat hubungannya dengan optimisme dan depresi seseorang (Connor & Davidson, 2003; Bitsika, Sharpley, & Peters, 2010).

Empati dan resiliensi memiliki hubungan yang kuat dalam membentuk kesejahteraan psikologis dan tingkat depresi, hal ini sesuai dengan penelitian Cusi, MacQueen, Spreng & McKinnon (2011) bahwa empati berkorelasi dengan depresi sedangkan menurut penelitian Schure, Odden dan Goins (2013) individu dengan resiliensi tinggi akan mampu mengatur emosi yang lebih positif dan mampu menurunkan depresi. Hubungan antara empati dengan resiliensi yang sangat bermakna sesuai dengan teori Maddi & Khoshiba (2005) yaitu adanya dimensi komitmen, kontrol, dan tantangan menjadikan relawan mampu beradaptasi terhadap permasalahan yang ada dan menganggap keterlibatannya dalam masyarakat sesuatu

yang sangat penting untuk diperhatikan walaupun dalam keadaan sulit atau mampu berempati. Hal tersebut selaras berdasarkan penelitian Melina (2012) terdapat korelasi antara resiliensi dengan altruisme dengan indikator empati pada relawan dalam tanggap darurat. Hal ini menunjukkan bahwa empati dan resiliensi saling keterkaitan yang kuat menjadi kesatuan dan mempengaruhi relawan dalam membantu korban bencana alam, tidak mudah menyerah, dan mampu menyelesaikan masalah dirinya tanpa menyampingkan urusan orang lain. Kemampuan relawan dalam memahami sinyal-sinyal sosial di lingkungan dapat membantunya lebih resilien saat menghadapi suatu masalah terutama dalam proses penanganan bencana alam. Korelasi yang kuat antara empati dan resiliensi dipengaruhi faktor usia pada responden yang berada dalam kategori dewasa awal dan pertengahan. Sun dan Stewart (2007) yang menunjukkan bahwa usia berpengaruh terhadap resiliensi seseorang, semakin matang usia individu, semakin ia mampu untuk memandang suatu masalah secara lebih positif sehingga memungkinkannya untuk lebih resilien. Kemampuan seorang dalam memahami sinyal-sinyal sosial di lingkungan dapat membantunya lebih resilien saat memasuki masa transisi kehidupan dan tahap perkembangannya (Andriani & Listiyandini, 2017). Selain itu jenis kelamin juga mempengaruhi, pada penelitian ini didapatkan responden paling banyak laki-laki sehingga lebih kuat dalam resiko kerawanan pada perlindungan pada kondisi yang ada resikonya, respon pada kesukaran yang ditemui daripada wanita, serta resiko kerawanan pada tekanan emo-

sional, walaupun secara teori wanita lebih mampu berempati secara afektif (Buck, 1995; Bogaret al, 2006; Lafferty dalam Garaigordobil, 2009).

Arah korelasi yang positif menunjukkan bahwa semakin seseorang berempati semakin besar kemampuan untuk menghadapi masalah atau resiliensi, dan mampu mengatasi masalah yang ada. Berdasarkan teori empati didapatkan skala empati menurut Goleman (2007) yaitu memahami individu lainnya, memanfaatkan keragaman, dan mengembangkan individu lain, hal ini mempengaruhi temperamental dan inteligensi sehingga tidak mudah untuk depresi atau mampu resiliensi. Sumber resiliensi seseorang menurut grobergg (dalam Desmita, 2009) ada *I Have, I am, and I can* dimana orang mampu mendorong dirinya secara mandiri, mampu mencintai dan berempati terhadap orang lain, bertanggung jawab, optimis, mampu berkomunikasi, memecahkan masalah, dan mengatur temperamental. Sehingga empati mampu menjadikan mutu pribadi yang memungkinkan individu guna mengalami perkembangan ketika menemui kesukaran (Connor & Davidson, 2003). Walaupun tidak semuanya peristiwa hidup memiliki sifat baik, tetapi untuk seseorang baik kejadian yang baik maupun buruk bisa memberikan tantangan pada seseorang guna menjadi lebih tegar serta mempunyai empati pada hidup individu lain.

Relawan merupakan orang yang dengan sukarela sebab panggilan nuraninya memberi suatu hal yang dipunyainya pada warga merupakan perwujudan tanggung jawab sosial dan tidak menginginkan pamrih baik kedudukan, imbalan, karier, ke-

pentingan, ataupun kekuasaan (Tobing, Nugroho, & Tehuteru, 2008; Schroeder *et al*, 1995). Untuk menjadi seorang relawan diperlukan seseorang memiliki tingkat resiliensi tinggi guna dapat bekerja dan berhadapan dengan berbagai resiko, tantangan dan tekanan dengan mampu berkomitmen. Kemauan guna menolong sesama serta memiliki empati merupakan modal terpenting menjadi relawan, maka bisa diartikan jika penting untuk relawan guna membangun kapasitas resiliensi yang positif, kemuda dia akan memberi kompetensinya yang paling baik guna mewujudkan tujuan yakni membantu korban bencana alam serta bisa menhadapi kesulitan yang ada pada lokasi bencana.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Erlina (2012) tentang Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama ditemukan bahwa resiliensi seseorang dipengaruhi beberapa faktor internal yang salah satunya kemampuan kognitif yang dapat mengontrol emosi ketika berhadapan dengan suatu permasalahan. Kemampuan kognitif secara kompleks muncul akibat adanya distress emosional yang merupakan pemaparan dari kemampuan berempati. Sehingga penelitian yang dilakukan peneliti memperkuat penelitian sebelumnya dengan menemukan korelasi yang kuat dengan arah korelasi positif antara empati dengan resiliensi. Sama halnya dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Arianingsih, Rahmawati & Herani (2013) tentang resiliensi relawan di pengungsian konflik Sampang melihat adanya tujuh kemampuan-kemampuan yang harus dimiliki relawan resilien seperti control implus, kemampuan analisis kasual, self effikasi, reaching out,

regulasi emosi, sikap optimis dan empati. Adanya tujuh kemampuan tersebut dibutuhkan relawan untuk menjadikannya relawan resilien. Sejalan dengan hasil penelitian dari peneliti yang menemukan kemampuan berempati sangat dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi relawan bencana alam sehingga penelitian yang dilakukan peneliti memperkuat hasil penelitian sebelumnya.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang peneliti harapkan bisa menjadi bahan evaluasi terhadap penelitian-penelitian selanjutnya. Keterbatasan-keterbatasan tersebut meliputi keterbatasan waktu, tenaga dan biaya sehingga peneliti menggunakan alternatif dalam pengambilan data terhadap subyek yang berjumlah 30 relawan yang bergabung pada Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kab. Malang masa bakti Tahun 2019-2022. Diharapkan bagi peneliti berikutnya ketikan mengambil data dapat menjangkau relawan yang lebih luas sehingga dapat memperoleh gambaran menyeluruh tentang resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana.

#### **4. SIMPULAN**

##### **Kesimpulan**

Berdasar hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, bisa ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif diantara empati dengan resiliensi relawan Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang Masa Bakti Tahun 2019 – 2022. Berarti bertambah besar empati relawan maka bertambah besar pula resiliensinya, sedangkan bertambah kecil empati, akan bertambah kecil juga resiliensinya. Sehingga

hipotesis yang dirumuskan penulis tidak ditolak.

## Saran

### 1. Untuk Subjek Penelitian

Dalam penelitian, subjek yang dipilih yakni relawan dari Tim Tanggap Darurat Bencana Palang Merah Indonesia Kabupaten Malang, diekspetasikan guna lebih ditingkatkan potensinya pada masa mending, kemudian pada saat dalam situasi bencana yang kita sama – sama tidak berharap terjadi, relawan dapat bertahan dengan segala kemampuan yang dimiliki untuk memberikan bantuan ataupun pertolongan terhadap korban bencana secara maksimal.

Relawan juga diharapkan untuk mengembangkan kemampuan secara psikologis karena dalam situasi bencana alam, relawan tidak hanya membutuhkan kemampuan atau keahlian dalam menolong korban bencana namun juga sangat membutuhkan kemampuan psikologis seperti halnya meningkatkan empati relawan dengan mengikuti *Empathy Care Training*. Upaya ini juga digunakan untuk membangun empati relawan yang diharapkan semakin meningkat untuk menghadapi korban bencana yang memiliki beragam respon dalam situasi bencana. Karena relawan yang memiliki empati tinggi dapat meningkatkan resiliensi dalam menghadapi segala permasalahan yang terjadi di lapangan/daerah bencana.

### 2. Untuk Peneliti Berikutnya

Peneliti berikutnya yang tertarik guna melaksanakan penelitian yang serupa dieskpetasikan menciptakan sejumlah macam

variasi penelitian, selanjutnya lebih dalam meneliti terkait resiliensi serta empati pada proses penanggulangan bencana, berdasarkan hal ini peneliti bisa melaksanakannya dengan membantu subjek guna lebih menyadari pentingnya menyiapkan diri sebelum bertugas, seperti halnya dengan berbagai kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang relawan sehingga membuat subjek dalam situasi bencana alam menjadi lebih resilien dan tidak ada sebuah hal yang tidak dikehendaki misalnya halnya seorang relawan yang menjadi korban dalam menolong sesama.

Peneliti juga berharap untuk penelitian berikutnya memperhatikan berbagai faktor yang sangat mempengaruhi resiliensi relawan dalam proses penanggulangan bencana. Peneliti berikutnya sangat diharapkan untuk mengembangkan faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi relawan dalam bertugas membantu korban bencana sehingga dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam dunia relawan.

Diharapkan dengan bertambahnya penelitian-penelitian tentang relawan dapat menjadikan relawan-relawan lebih tangguh dalam bencana dengan masukan-masukan dari hasil penelitian dan juga menambah rujukan keilmuan tentang relawan yang dapat diakses oleh generasi-generasi seterusnya sehingga ketika relawan sebelum berangkat menuju daerah bencana, relawan telah meningkatkan kemampuan-kemampuan yang menunjang seorang relawan dalam situasi bencana yang lebih khusus kemampuan secara psikologis untuk menghadapi situasi bencana.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, A., & Listiyandini, R. A. (2017). Peran kecerdasan sosial terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat awal. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 67- 90. DOI: <https://doi.org/10.15575/psy.v4i1.1261>
- Arianingsih, Rahmawati, I. & Herani, I. (2012). Resiliensi relawan di pengungsian konflik Sampang
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2019). Data informasi bencana Indonesia tahun 2018. *bnpb.co.id* [on-line]. Diakses dari <https://bnpb.cloud/dibi/laporan5#>.
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. (2013). *The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach*. *Journal of Adolescence*, 36(1), 191-200. DOI: [10.1016/j.adolescence.2012.10.004](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.10.004)
- Erlina, L. W. (2012). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Humanitas*. Vol. 9, No.2, hal. 147-156. DOI: <http://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v9i2.341>
- Fauziah, N. (2014). Empati, persahabatan dan kecerdasan adversitas pada mahasiswa yang sedang skripsi. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol.13, No.1, hal. 78-92. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.1.78-92>
- Grotberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening The Human Spirit*. USA: Benard Van Leer Fondation.
- Halimah, S. N. & Widuri, E. L. (2012). Vicarious Trauma Pada Relawan Bencana Alam. *Humanitas Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* Vol. IX No. 1 Januari 2012 hal. 43-61. DOI: <http://dx.doi.org/10.26555/humanitas.v9i1.349>
- Hendriani, W. (2018). Resiliensi Psikologis. Jakarta. Kencana Prenada Media Group. Mutiah, D. (2018, 10 Agustus). Relawan PMI Gugur dalam Gempa 6,2 SR Guncang Lombok. *liputan6.com* [on-line]. Diakses pada tanggal 10 Agustus 2018 dari <https://www.liputan6.com/regional/read/3615113/relawan-pmi-gugur-dalam-gempa-62-sr-guncang-lombok>.
- Nurinayanti, R. & Atiudina (2010). Makna kebersyukuran dan resiliensi: Telaah pustaka tentang pengaruh kebersyukuran dari sudut pandang islam dan pengaruhnya terhadap daya resiliensi pada korban erupsi Merapi DIY 2010. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*.
- Purnomo, E. (2018, 01 September). Kelelahan Bantu Korban Gempa Lombok, Seorang Relawan Meninggal Dunia. *liputan6.com* [on-line]. Diakses pada tanggal 01 September 2018 dari <https://www.liputan6.com/news/read/3633807/kelelahan-bantu-korban-gempa-lombok-seorang-relawan-meninggal-dunia>.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Essential Skills For Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Random House.
- Setyowati, A., Hartati, S., & Sawitri, D.R. (2010). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni rumah damai. *Jurnal Psikologi*, Vol.7, No.1 hal 67-77. <https://doi.org/10.14710/jpu.7.1.67-77>

## The relationship between empathy and the resilience of volunteers

Sultan Takdir Alisabana

Smith, R. L., & Rose, A. J. (2011). *The "cost of caring" in youths' friendships: Considering associations among social perspective taking, co-rumination, and empathetic distress*. *Developmental psychology*, 47(6).

Sudaryono. (2007). Resiliensi dan Locus of Control: Guru dan Staf sekolah Pasca Gempa.

*Jurnal Kependidikan*, 37(1). DOI: <https://doi.org/10.21831/jk.v37i1.7295>

Sugiyono. (2006). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta. Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kombinasi*. Bandung: Alfabeta.

---